



平成27年6月 きゅうしょくだより (小学校)

No.472

発行 太子町学校給食共同調理センター TEL 277-1155

ひ	ようび	こんだてめい	あか	おもにちやにくとなる	みどり	おもにからだのちょうしをととのえる	き	おもにちから・ねつとなる
1	月	ごはん ぎゅうにゅう かつおのかくに かきたまじる キャベツのごますあえ かわちばんかん	ぎゅうにゅう たまご とうふ かつお かまぼこ	ぎゅうにゅう たまご とうふ かつお かまぼこ	たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ しょうが キャベツ もやし かわちばんかん	たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ しょうが キャベツ もやし かわちばんかん	こめ でんぷん さとう ごま ごまあぶら	
2	火	ごはん ぎゅうにゅう ☆ちくぜんに とうふじる キャベツとツナのソテー	ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ わかめ みそ とりにく ツナ	ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ わかめ みそ とりにく ツナ	たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ ごぼう さやいんげん だいこん たけのこ キャベツ ほうれんそう	たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ ごぼう さやいんげん だいこん たけのこ キャベツ ほうれんそう	こめ さとう あぶら こんにゃく	
3	水	パン ぎゅうにゅう ミルメーク とりにくのオレンジソースかけ はくさいスープ スpagetiのソテー	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ とりにく ベーコン	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ とりにく ベーコン	はくさい にんじん ほししいたけ チンゲンサイ オレンジ みかん たまねぎ あおピーマン	はくさい にんじん ほししいたけ チンゲンサイ オレンジ みかん たまねぎ あおピーマン	パン でんぷん スpageti とうもろこし あぶら さとう	
4	木	てまきずし(あなご ツナキャベツ ☆たくあん) ぎゅうにゅう たまねぎのみそしる あじさいゼリー	ぎゅうにゅう あなご ツナ のり あぶらあげ みそ	ぎゅうにゅう あなご ツナ のり あぶらあげ みそ	キャベツ たくあん たまねぎ えのきたけ にんじん ねぎ ぶどう	キャベツ たくあん たまねぎ えのきたけ にんじん ねぎ ぶどう	こめ さとう マヨネーズ	
5	金	パン ぎゅうにゅう にくだんごのソースに(4こ) ワントンスープ ☆ごぼうサラダ	ぎゅうにゅう とりにく ポークハム みそ ぶたにく	ぎゅうにゅう とりにく ポークハム みそ ぶたにく	たまねぎ にんじん もやし えのきたけ ねぎ ごぼう きゅうり	たまねぎ にんじん もやし えのきたけ ねぎ ごぼう きゅうり	パン さとう でんぷん ワントン ごまあぶら とうもろこし マヨネーズ	
8	月	パン ぎゅうにゅう ☆するめのかきあげ ハヤシチュー おんやさい ドレッシング	ぎゅうにゅう ぶたにく いか たまご	ぎゅうにゅう ぶたにく いか たまご	たまねぎ にんじん トマト さやいんげん パセリ キャベツ きゅうり あかピーマン えだまめ	たまねぎ にんじん トマト さやいんげん パセリ キャベツ きゅうり あかピーマン えだまめ	パン じゃがいも あぶら こむぎこ さとう ごま	
9	火	ごはん ぎゅうにゅう ☆カミカミいも たけのことりにくのみそに パチじる おひたし	ぎゅうにゅう あぶらあげ とりにく やさいてん みそ	ぎゅうにゅう あぶらあげ とりにく やさいてん みそ	たまねぎ にんじん ほししいたけ ねぎ たけのこ さやいんげん ほうれんそう もやし	たまねぎ にんじん ほししいたけ ねぎ たけのこ さやいんげん ほうれんそう もやし	こめ さとう あぶら パチ こんにゃく じゃがいも さつまいも	
10	水	ミニミニパン ぎゅうにゅう かほちゃとひきにくのサンドフライ やきビーフン ☆きりほしだいこんのいためナムル	ぎゅうにゅう ぶたにく いか	ぎゅうにゅう ぶたにく いか	キャベツ たまねぎ にんじん さやいんげん ほししいたけ にんにく しょうが かほちゃ きりほしだいこん たら ほうれんそう	キャベツ たまねぎ にんじん さやいんげん ほししいたけ にんにく しょうが かほちゃ きりほしだいこん たら ほうれんそう	パン ビーフン ごまあぶら あぶら さとう パンこ こむぎこ でんぷん	
11	木	ごはん ぎゅうにゅう すぶた ちゅうかスープ ばんさんすう	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく チキンハム	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく チキンハム	もやし にんじん たまねぎ ねぎ ほししいたけ しょうが たけのこ あおピーマン キャベツ	もやし にんじん たまねぎ ねぎ ほししいたけ しょうが たけのこ あおピーマン キャベツ	こめ はるさめ でんぷん あぶら さとう ごまあぶら	
12	金	アップルパン ぎゅうにゅう にくみハンバーグ じゃがいものスープ さんしょくごまあえ	ぎゅうにゅう ベーコン とりにく ぶたにく	ぎゅうにゅう ベーコン とりにく ぶたにく	にんじん たまねぎ セロリ パセリ キャベツ ほうれんそう マッシュルーム グリンピース りんご	にんじん たまねぎ セロリ パセリ キャベツ ほうれんそう マッシュルーム グリンピース りんご	パン パンこ でんぷん じゃがいも さとう とうもろこし ごま	
15	月	ごはん ぎゅうにゅう ぶりかけ とりにくのからあげ(2こ) そうめんじる こまつなのおひたし	ぎゅうにゅう あぶらあげ とりにく あおのり	ぎゅうにゅう あぶらあげ とりにく あおのり	たまねぎ ほししいたけ ねぎ にんじん しょうが にんにく こまつな もやし しそ	たまねぎ ほししいたけ ねぎ にんじん しょうが にんにく こまつな もやし しそ	こめ そうめん でんぷん こめこ あぶら さとう	
16	火	カレーライス ぎゅうにゅう オムレツのあますあんかけ ☆チンゲンサイのじゃこあえ みかんゼリー	ぎゅうにゅう ぶたにく たまご ちりめんじゃこ	ぎゅうにゅう ぶたにく たまご ちりめんじゃこ	たまねぎ にんじん さやいんげん にんにく しょうが ほうれんそう あおピーマン あかピーマン チンゲンサイ もやし みかん	たまねぎ にんじん さやいんげん にんにく しょうが ほうれんそう あおピーマン あかピーマン チンゲンサイ もやし みかん	こめ じゃがいも あぶら さとう でんぷん	
17	水	パン ぎゅうにゅう さけのマヨネーズやき ミネストローネ キャベツとハムのごまあえ	ぎゅうにゅう ベーコン だいす さけ チキンハム	ぎゅうにゅう ベーコン だいす さけ チキンハム	たまねぎ にんじん セロリ さやいんげん トマト パセリ キャベツ こまつな	たまねぎ にんじん セロリ さやいんげん トマト パセリ キャベツ こまつな	パン じゃがいも マカロニ マヨネーズ ごま	
18	木	ごはん ぎゅうにゅう たまねぎコロッケ とうがんのみそしる ひじきのあぶらいため さくらんぼ	ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ わかめ みそ ひじき ベーコン ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ わかめ みそ ひじき ベーコン ぎゅうにゅう	とうがんにんじん はくさい ねぎ たまねぎ さくらんぼ	とうがんにんじん はくさい ねぎ たまねぎ さくらんぼ	こめ あぶら さとう でんぷん じゃがいも パンこ こむぎこ	
19	金	パン ぎゅうにゅう コーンポタージュ ウィンナーのケチャップソース(2こ) やさいのホットアーモンド	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく	にんじん パセリ チンゲンサイ キャベツ	にんじん パセリ チンゲンサイ キャベツ	パン とうもろこし じゃがいも アーモンド さとう でんぷん	
22	月	ミニミニパン ぎゅうにゅう とりにくのさっぱり(2こ) やきそば ほうれんそうとコーンのソテー	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく あおのり	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく あおのり	キャベツ にんじん もやし ねぎ にんにく しょうが ほうれんそう はくさい	キャベツ にんじん もやし ねぎ にんにく しょうが ほうれんそう はくさい	パン ちゅうかめん あぶら とうもろこし さとう	
23	火	なめし ぎゅうにゅう あじフライ タルタルソース じゃがいものみそしる うめドレッシングサラダ	ぎゅうにゅう あぶらあげ わかめ みそ あじ だいすこ	ぎゅうにゅう あぶらあげ わかめ みそ あじ だいすこ	えのきたけ たまねぎ にんじん ねぎ もやし きゅうり うめ あおな	えのきたけ たまねぎ にんじん ねぎ もやし きゅうり うめ あおな	こめ さとう あぶら ごま じゃがいも とうもろこし パンこ こむぎこ でんぷん	
24	水	こくとうパン ぎゅうにゅう ビーフンのカレーいため チンゲンサイスープ むしシューマイ(2こ)	ぎゅうにゅう とりにく とうふ ぶたにく	ぎゅうにゅう とりにく とうふ ぶたにく	はくさい にんじん しいたけ チンゲンサイ しょうが キャベツ もやし たまねぎ あおピーマン	はくさい にんじん しいたけ チンゲンサイ しょうが キャベツ もやし たまねぎ あおピーマン	パン ビーフン ごまあぶら さとう パンこ でんぷん こむぎこ	
25	木	ごはん ぎゅうにゅう ☆たこのてんぷら みそにくじゃが キャベツのごまあえ	ぎゅうにゅう とりにく みそ たこ たまご	ぎゅうにゅう とりにく みそ たこ たまご	たまねぎ にんじん さやいんげん キャベツ ほうれんそう	たまねぎ にんじん さやいんげん キャベツ ほうれんそう	こめ さとう ごまあぶら じゃがいも こんにゃく ごま あぶら こむぎこ とうもろこし	
26	金	ピタパン ぎゅうにゅう チリコンカン わかめスープ おかひじきのツナあえ	ぎゅうにゅう ツナ とうふ とりにく わかめ ぶたにく ぎゅうにゅう てぼう	ぎゅうにゅう ツナ とうふ とりにく わかめ ぶたにく ぎゅうにゅう てぼう	たまねぎ にんじん ねぎ もやし マッシュルーム にんにく おかひじき	たまねぎ にんじん ねぎ もやし マッシュルーム にんにく おかひじき	ピタパン ごま あぶら さとう	
29	月	ごはん ぎゅうにゅう あじつけのり さばのしょうがに すましじる ☆ごぼうのマヨネーズソテー	ぎゅうにゅう とうふ かまぼこ わかめ さば ポークハム あじつけのり	ぎゅうにゅう とうふ かまぼこ わかめ さば ポークハム あじつけのり	たまねぎ にんじん ねぎ えのきたけ しょうが ごぼう キャベツ	たまねぎ にんじん ねぎ えのきたけ しょうが ごぼう キャベツ	こめ ふ さとう マヨネーズ ごま	
30	火	ぶたピリどん ぎゅうにゅう はるさめスープ フルーツあんじん	ぎゅうにゅう ぶたにく たまご ポークハム わかめ	ぎゅうにゅう ぶたにく たまご ポークハム わかめ	はくさいキムチ にんじん ごぼう さやいんげん もやし たまねぎ ほししいたけ ねぎ もも あんず	はくさいキムチ にんじん ごぼう さやいんげん もやし たまねぎ ほししいたけ ねぎ もも あんず	こめ こんにゃく ごま さとう ごまあぶら はるさめ でんぷん	

☆:よくかんでたべよう。

*物資の都合により、変更する場合があります。